



Школьный этап

КОД участника 107

Ф.И.О. Хочурва Эльвира Зауровна

Класс 11в

Предмет физкультура

Баллы _____

2021-2022уч.год

4-5

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ
ШКОЛЬНОГО ЭТАПА ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ 2021-
2022 УЧ.Г. ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
9-11 КЛАССЫ**

Задания в закрытой форме, т. е. с предложенными вариантами ответов (а, б, в, г) оцениваются в 1 балл, неправильно выполненное задание – 0 баллов.

Задания в открытой форме, т.е. без предложенных вариантов ответов: правильное утверждение оценивается в 2 балла, неправильное – 0 баллов.

Задания на установление соответствия между понятиями: каждое верное утверждение этой группы оценивается в 1 балл, неправильное – 0 баллов.

Задания на установление правильной последовательности. Полноценно выполненное задание этой группы оценивается в 5 баллов, неправильное – 0 баллов.

Время выполнения теоретико-методических заданий 45 минут.

Задания в закрытой форме

1. В каком городе находится Международная олимпийская академия?
 - а) Лозанна;
 - б) Париж;
 - в) Афины;
 - г) Олимпия.

2. На каких соревнованиях в честь победителя играет не гимн страны, а Гаудеамус – гимн студентов?
 - а) Всемирные юношеские игры;
 - б) Всемирная Универсиада;
 - в) Всемирные игры;
 - г) Всемирная спартакиада.

3. Кто был первым президентом российского олимпийского комитета?
 - а) А.Д. Бутовский;
 - б) Г.И. Рибопьер;
 - в) Н.А. Панин-Коломенкин;
 - г) В.И. Срезневский.

4. Какие упражнения целесообразно использовать для снижения избыточной массы тела?
 - а) сложно-координационные;
 - б) статические;
 - в) скоростно-силовые;
 - г) циклические.

5. Какому физическому качеству нужно уделять наибольшее внимание для повышения общего уровня здоровья?
 - а) выносливости;
 - б) быстроте;
 - в) ловкости;
 - г) гибкости.

6. Какие упражнения используются для увеличения гибкости?
 - а) с внешним отягощением;
 - б) махи с максимальной амплитудой;
 - в) движения с максимальной частотой;

- г) всё перечисленное.
7. В каком виде спорта ограничено время владения мячом?
 а) в футболе;
 б) в волейболе;
 в) в баскетболе;
 г) в теннисе.
8. Какие выделяют виды выносливости?
 а) основную и дополнительную;
 б) общую и специальную;
 в) главную и второстепенную;
 г) специфическую и неспецифическую.
9. Какие упражнения применяют для формирования правильной осанки?
 а) строевые упражнения;
 б) упражнения для мышц брюшного пресса и спины;
 в) упражнения, моделирующие фрагменты основной позы прямохождения;
 г) всё перечисленное.
10. Что является специфическим содержанием спорта?
 а) выступление на соревнованиях;
 б) занятия в фитнес-клубе;
 в) выполнение физических упражнений;
 г) повышение уровня физического развития.
11. Какой из методов физического воспитания предусматривает непрерывное выполнение физического упражнения?
 а) повторный;
 б) равномерный;
 в) интервальный;
 г) круговой.
12. Как называется изгиб позвоночника в поясничном отделе?
 а) лордоз;
 б) кифоз;
 в) хондроз;
 г) остеопороз.
13. Что относится к естественным факторам внешней среды, как к средствам физического воспитания?
 а) солнечная радиация и воздушная среда;
 б) воздушная и водная среда;
 в) водная среда и солнечная радиация;
 г) солнечная радиация, воздушная и водная среда.
14. Кто в настоящее время является президентом олимпийского комитета РФ?
 а) П.А. Колобков;
 б) О.В. Матыцин;
 в) С.А. Поздняков;
 г) А.Д. Жуков.
15. В каком виде спорта на площадке может максимально находиться игроков одной команды?

- а) бобслей;
- б) гребля;
- в) парусный спорт;
- г) водное поло.

Задания в открытой форме

- 17. Назовите имя и фамилию основоположника Олимпийских игр современности.
- 18. Как называют экипировку пловца, которая надевается на ноги и позволяет увеличить скорость плавания? – ...
- 19. Оговоренное заранее положение рук, ног, туловища перед началом выполнения упражнения называется....
- 20. Способность выполнять физическое упражнение с большой амплитудой называется....
- 21. Как называют человека, занимающегося избранным видом спорта и выступающего на спортивных соревнованиях?
- 22. Дайте правильную формулировку гимнастическому упражнению.



Вы закончили выполнение заданий.
Поздравляем!

Задание на установление соответствия





26. Установите соответствие между городом и годом проведения в нем игр Олимпиады.



	Годы		Город
1	1908	А	Москва
2	1952	Б	Лос-Анджелес
3	1980	В	Париж
4	1984	Г	Лондон
5	2024	Д	Хельсинки

27. Установите соответствие между физическими качествами и видами спорта, в которых они преимущественно проявляются.

	Физические качества		Виды спорта
1	быстрота	А	художественная гимнастика
2	гибкость	Б	лыжные гонки
3	сила	В	тяжёлая атлетика
4	выносливость	Г	прыжки в воду
5	ловкость	Д	лёгкая атлетика, бег на короткие дистанции

28. Установите соответствие между положениями тела и их графическим изображением.

	Физические качества		Виды спорта
1	Сед ноги врозь	А	
2	Основная стойка	Б	
3	Стойка на коленях	В	
4	Стойка руки на поясе	Г	

5	Сед углом	Д	
6	Упор стоя согнувшись	Е	

29. Используя предложенный перечень слов, выберите нужные и расположите в верной последовательности при описании гимнастического упражнения. Будьте внимательны, даны лишние слова.



1	в сед
2	в упор лёжа
3	в упор присев
4	вперёд
5	из
6	кувырок
7	на руках
8	назад
9	перекат
10	присед
11	прогнувшись
12	согнувшись
13	стойки

Вы закончили выполнение заданий.
Поздравляем!